

**SPORT MAKTABLARIDA O'QUVCHILARGA KURASH TEXNIKASI VA TAKTIKASINI O'RGATISH
USLUBIYATI**

Ashurov Baxrom Ilxomovich

Samarqand davlat universiteti

Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim sport kafedrasi o'qituvchisi

Hasanov Faxriddin Farxod o'gli

Sport faoliyati yo'nalishi (kurash)

Annotatsiya

Sport maktablarida o'quvchilarga kurash texnikasi va taktikasini harakatlarni o'qitish metodikasi haqida, sport kurashi texnikasini o'rgatish metodologiyasida an'anaviy ravishda o'rganish haqida so'z yuritilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, kurash, jismoniy sifatlar, uslub, metodologiya, motor zichlik, jismoniy rivojlanish, jismoniy kamolot.

Pedagogik nazariya va amaliyotda harakatlarni o'qitish metodikasi tushunchasi vosita qobiliyatlari, ko'nikmalari va ular bilan bog'liq bilimlarning maqsadli shakllanishi sodir bo'ladigan qonuniyatlarni aks ettiruvchi vositalar, usullar va uslubiy uslublar to'plamini qamrab oladi. Motorli harakatlarni o'qitish metodikasi dastlabki rivojlanish metodologiyasiga, chuqur o'rganish metodologiyasiga, va uni takomillashtirishga bo'linadi

Sport maktabida kurashda o'quvchilarga texnik va taktik harakatlarni dastlabki o'qitish metodikasi odatda ikki bosqichni o'z ichiga oladi: tanishish bosqichida texnik va taktik harakatlarning asosiy mexanizmini o'zlashtirish vazifasi qo'yiladi;

vosita mahoratini shakllantirish bosqichida:

- 1) doimiy o'quv sharoitida texnik va taktik harakatlar tafsilotlarini o'zlashtirish;
- 2) yaxlit texnik va taktik harakatlarda tafsilotlarning to'g'ri bajarilishini o'zlashtirish

Uchinchi bosqich sportchilarga tegishli bo'lib, o'zgaruvchan sharoitlarda vosita mahoratini shakllantirishga qaratilgan va dastlabki mashg'ulotlarda o'zlashtirilmaydi. O'quvchilarga kurash texnikasini o'rgatish metodologiyasida an'anaviy ravishda o'rganishning uchta usuli ishlab chiqilgan: yaxlit, qismlarga bo'lib, yetakchi mashqlar yordamida. Bir qator ishlarda yaxlit o'rganish usuli va qismlarni o'rganish usuli birlashtirilgan usulga birlashtirilgan va yetakchi mashqlar yordamida o'rganish usuli sherik bilan maxsus mashqlar to'plami sifatida qaraladi. Boshlang'ich ta'lim uchun muhim narsa shundaki, texnikani o'rganishning ikkita usuli mavjud: yaxlit, bo'lingan va kombinatsiyalangan o'qitish usullari yordamida texnikani bevosita o'rganish; yetakchi mashqlar yordamida.

Kurash texnikasini to'g'ridan-to'g'ri o'rganish o'quv adabiyotlarida yetarlicha batafsil tavsiflangan, ammo yetakchi mashqlar yordamida texnikani o'rganish kurashchilarning dastlabki tayyorgarligida keng tarqalmagan. Umumiy rivojlanish va maxsus mashqlardan keng foydalanish asta-sekin sport kurashining murakkab texnikasini o'zlashtirishga jalb qilingan.

Ta'limning birinchi yilida kurash usullarini o'rgatish metodologiyasida yetakchi mashqlarga katta o'rin berilishi kerak. Yetakchi mashqlar umumiy rivojlanish va maxsus mashqlarni o'z ichiga oladi.

Birinchisi umumiy jismoniy tayyorgarlikni yaratishga va jismoniy fazilatlar va motorli harakatlarning umumiy poydevorini shakllantirishga qaratilgan, ikkinchisi kurash texnikasini muvaffaqiyatli o'zlashtirishga va kurash uchun zarur bo'lgan funksiyalarni shakllantirishga tayyorlanadi.

Yetakchi mashqlar umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik uchun ham, texnik va taktik harakatlarni o'rganish uchun ishlatiladigan o'yinlar va o'yin mashqlarini o'z ichiga oladi. Kurash texnikasini to'g'ridan-to'g'ri o'qitish kurash usullari, himoyasi va qarshi usullarini o'rganish bilan bog'liq. Texnik va taktik harakatlarni o'rgatish qarama-qarshi bo'lmagan sherikda musobaqalarda kurashda texnikani bajarish uchun texnikani o'rganishdan boshlanadi. Bu turli xil sharoitlarda va turli xil sparring sheriklari tomonidan texnik-taktik harakatlarni amalga oshirishni osonlashtirish va murakkablashtirishni o'z ichiga olgan uzoq jarayon. Mahoratning barqarorligiga sherik bilan texnikani tez-tez takrorlash va texnikani oddiy taqlid qilish orqali erishiladi va mahoratning o'zgarishi o'quv va o'quv mashg'ulotlari orqali amalga oshiriladi.

Sport maktablarida kurashchilarni texnik va taktik harakatlar elementlarini (ustunlar, masofalar, harakatlar, qo'lga olish, qo'lga olishdan ozod qilish, bo'rttirma, manevralar va boshqa elementar texnik harakatlar) o'rganishga yetarlicha e'tibor berilmaydi va bu tasodif emas, chunki an'anaviy yondashuvda asosiy narsa texnikani o'rgatishdir. Texnikalar g'alabaga erishishning eng samarali vositasidir. Texnikani, kombinatsiyalarni va hatto texnik-taktik komplekslarni o'rganish jang san'ati ko'nikmalarini maqsadli shakllantirishga imkon bermaydi, ular ongsiz va o'z-o'zidan shakllanadi.

Sport maktablarida o'quvchilarga texnik va taktik harakatlar qanday shakllanishini, sport kurashida ularni shakllantirishning eng xarakterli vositalari va usullarini ko'rib chiqaylik.

E. M. Chumakov taktikani o'qitishda ishlatiladigan quyidagi usullarni ajratib ko'rsatadi:

1. Umumlashtirilgan qoidalar, qonunlar, aksiomalar usuli. Ushbu qoidalar quyidagicha ko'rinishi mumkin: "raqibni u harakatlanayotgan tomonga tashlang", "raqibning sa'y-harakatlari yo'nalishi bo'yicha qabul qiling" va boshqalar.
2. Muammoli usul. Bu talabaning o'zi tomonidan tajriba to'plashni ta'minlaydi. Ushbu usul bilan o'qitishda siz ikki yo'l bilan borishingiz mumkin: mashg'ulotlar va musobaqalar paytida to'g'ridan-to'g'ri kurashda o'z-o'zidan tajriba to'plash; tajribalarni maqsadli va to'g'ri o'rnatish. Hozircha o'qitish amaliyotida birinchi usul ko'proq qo'llaniladi.
3. Evristik usul. Ma'lumki: kurashchi qanchalik ko'p tajribaga ega bo'lsa, shuncha ko'p bo'ladi; uning sezgi yaxshi rivojlangan va intuitiv ravishda o'zi to'g'ri yechimni topadi. Tajriba to'plash uchun quyidagi uslubiy usullardan foydalaniladi: fiksatsiya- kurashchi bilan birgalikda vaziyatlarni tahlil qilish; variatsiya-mumkin bo'lgan dushman bilan vaziyatlarni modellashtirish yoki ma'lum bir vaziyatda taktik yechimlarni topish; vaqt chegarasi. Taktik rejani amalga oshirish jarayonini vaziyatlarning tez o'zgarishi sharoitida o'z harakatlarini boshqarish deb hisoblash mumkin.

Birinchi usulni o'qitish va undan foydalanish asosan nazariy darslarda amalga oshiriladi, ularning roli va ahamiyati juda muhimdir. Shunday qilib, A. N. Lenz ta'kidlaydi: "taktikani takomillashtirish bo'yicha nazariy mashg'ulotlar juda katta foyda keltiradi". Ammo murabbiylar ko'proq sportchilarning o'z tajribalariga tayanadilar. Shuning uchun shartli kurash talabalarni taktik takomillashtirishning asosiy vositasi sifatida ajralib turadi.

Janglarni keltirib chiqaradigan murabbiy ma'lum bir taktik muhitni yaratadi va shu bilan talabaga kurash paytida taktik muammolarni hal qilish ko'nikmalarini singdiradi (farqlash usuli). Kelajakda ular erkin janglarda mustahkamlanadi. Har bir o'qituvchi taktik vazifalarning o'ziga xos xususiyatlarini va

ularning shartlilikini shaxsiy tajribasi tufayli o'ziga xos tarzda belgilaydi. Buning sababi shundaki, sport kurashida jangning taktik tuzilishi aniqlanmagan.

Taktik harakatlarni shakllantirishning ikkinchi va uchinchi usullariga kelsak, ularni yuqori malakali kurashchilar bilan qo'llash tavsiya etiladi. Shunday qilib, sport kurashining nazariyasi va amaliyotida paradoksal vaziyat yuzaga keldi: kurashchilarga kurash texnikasi o'rgatiladi va qarama-qarshilik qanday taktik qonunlarga muvofiq o'qitilmaydi, ya'ni kurashning o'zi. Bu yetakchi mutaxassislarning fikrlaridan ko'rinib turibdiki, talabalar o'zlari ushbu mashqlarni o'quv va raqobatbardosh janglarda tushunishadi va o'zlashtiradilar. Ammo sinov va xatolardan kelib chiqadigan ushbu rivojlanish jarayoni taktik ko'nikma va ko'nikmalarni o'zlashtirishning uzoq davom etishi va tasodifiyligi bilan ajralib turadi va eng muhimi, ularning to'g'ri shakllanishini har doim ham ta'minlamaydi.

Voyaga yetgan sportchilar o'rtasidagi kurashda texnik taktik o'qitish metodologiyasidagi vaziyat bolalar bilan ishlashda yanada murakkablashadi. An'anaviy texnikani o'rganish bolalar uchun murakkab va zerikarli bo'lib, bolalar uchun taktikani o'rgatish umuman ishlab chiqilmagan.

Xulosa qilib aytgandan bu esa eng avvalo sportchilarni tayyorlashda o'quv mashg'ulot jarayonini rejalashtirishga katta ahamiyat qaratish, olimpiya sport turlari bo'yicha milliy terma jamoalarning asosiy va zahira tarkibidagi iqtidorli sportchilarni tanlash, sportchi va murabbiylarni moddiy ta'minotini yaxshilash, respublika va xalqaro musobaqalarda samarali ishtirok etish hamda mamlaktimiz terma jamoalarini tayyorlashda pedagogik-psixologik, tibbiy va texnik-taktik jihatdan tayyorlashning barcha muammolarini hal etishga alohida ahamiyat berish kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ilxomovich, A. B. (2023). THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN STRENGTHENING THE HEALTH OF STUDENTS.
2. Alisher o'g'li, A. N., & Ilkhomovich, A. B. (2022). THE ROLE OF NATIONAL GAMES AND THE FAMILY, SCHOOL AND COMMUNITY IN THE SPIRITUAL UPBRINGING OF CHILDREN. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(3), 625-627.
3. Alisher o'g'li, A. N. Z., Ilhomovich, A. B., & Farxod o'g'li, H. F. (2022). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT. FAN, TA'LIM VA AMALIYOTNING INTEGRASIYASI, 884-890.
4. Anvarjonovna, A. O. (2022). TECHNOLOGY OF DEVELOPMENT OF ECOESTHETIC CULTURE OF FUTURE SPECIALISTS OF PRESCHOOL EDUCATION. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(12), 1186-1191.
5. Anvarjonovna, A. O. (2023). BO'LAJAK MAKTABGA TA'LIM MUTAXSISLARINI EKOSTETIK MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING PRINSIPLARI. *Science and innovation*, 2(Special Issue 4), 345-353.
6. Umirov, S. B. (2021). MILLIY KURASHNING OMMAVIYLASHIVIDA XALQ BOHODIRLARINING O'RNI. *Central asian academic journal of scientific research*, 1(1), 149-154.
7. Umirov, S. B. (2021). Kurashchilar jismoniy fazilatlarini rivojlantirish. *Scientific progress*, 2(8), 41-46.
8. Umirov, S. (2023). JISMONIY-AQLIY RIVOJLANISHNING MOHIYATI VA OZIGA XOS HUSUSIYATLARI. *Наука и инновация*, 1(15), 123-127.
9. Umirov, S. (2023). O'QUVCHILARNI DARS DAN TASHQARI MASHG'ULOTLARDA QO'L TO'PI SPORT TURIGA O'RGATISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(6 Part 6), 26-33.

-
- 10.Umirov, S. (2022). PROFESSIONAL SPORTDA YUQORI NATIJALARNI BASHORAT QILISHDA IRSIY VA ORTTIRMA OMILLARNING AHAMIYATI. Евразийский журнал академических исследований, 2(12), 100-103.
 - 11.Umirov, S. (2022). PROFESSIONAL SPORTDA YUQORI NATIJALARNI BASHORAT QILISHDA IRSIY VA ORTTIRMA OMILLARNING AHAMIYATI. Евразийский журнал академических исследований, 2(12), 100-103.
 - 12.Сидикова, Г., & Жабборов, А. (2023). ТЕНДЕНЦИИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОНЯТИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. Академические исследования в современной науке, 2(23), 55-66.
 - 13.Sidikova, S. G., & Mohidil, M. (2023). HARDENING AS THE BASIS OF A HEALTHY LIFESTYLE IN PRESCHOOL CHILDREN. Conferencea, 119-134.
 - 14.Маматвалиева, Г. (2024, February). НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНОСТИ ЛИЧНОСТИ. In Международная конференция академических наук (Vol. 3, No. 2, pp. 89-96).
 - 15.Sabirovna, G. S. (2024). IMPROVING HEALTHY LIFESTYLE SKILLS IN PRESCHOOLERS THROUGH A WELLNESS WORK SYSTEM. HOLDERS OF REASON, 2(4), 93-103.